



SAFER • HEALTHIER • PEOPLE™
(MÁS SEGURIDAD Y SALUD)



Preparación para la gripe

(incluyendo la gripe H1N1 2009)

Juego de herramientas de comunicación para los programas de infancia temprana y cuidado infantil



Preparación para la gripe: un juego de herramientas de comunicación para los programas de infancia temprana y cuidado infantil

El propósito de “Preparación para la gripe: un juego de herramientas de comunicación para los programas de infancia temprana y cuidado infantil” es la de brindar información y recursos de comunicación para ayudar a los programas de cuidado infantil que funcionan en los hogares o centros, programas Head Start y demás programas de infancia temprana a implementar las recomendaciones de la *Guía de los CDC para ayudar a los programas de infancia temprana y cuidado infantil a responder ante la influenza durante la temporada de influenza 2009-2010*.

El juego de herramientas incluye:

- ▶ **Preguntas y Respuestas** sobre la Guía de los CDC *para ayudar a los programas de infancia temprana y cuidado infantil a responder ante la influenza durante la temporada de la influenza 2009-2010*
- ▶ **1 Hoja de datos para los proveedores de programas de infancia temprana**
 - *Medidas orientadas a los proveedores de programas de cuidado infantil e infancia temprana para prevenir la propagación de la gripe*
- ▶ **3 hojas de datos para informar a los padres**
 - *Medidas para que los padres protejan a sus hijos y a su familia de la gripe*
 - *Medidas para los padres de niños con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe*
 - *Medidas para los padres si los programas de infancia temprana se cierran o los niños se enferman y deben permanecer en casa*
- ▶ **1 Afiche para que los centros de cuidado infantil les recuerden a los padres que deben mantener en casa a los niños que están enfermos**
 - *¡ALTO! ¿Se siente enfermo?*
- ▶ **4 Plantillas de cartas (o correos electrónicos) para enviar a los padres**
 - *Si su hijo no se siente bien*
 - *Medidas actuales del programa de infancia temprana o cuidado infantil*
 - *Se suspende el programa de infancia temprana o cuidado infantil*
 - *Reapertura del programa de infancia temprana o cuidado infantil*
- ▶ **Recursos adicionales de información dirigidos a programas de infancia temprana y cuidado infantil**

Preguntas y respuestas sobre la *Guía de los CDC para ayudar a los programas de infancia temprana y cuidado infantil a responder ante la gripe durante la temporada de gripe 2009-2010*

Acerca de la Guía para los programas de infancia temprana y cuidado infantil

P. ¿En qué se diferencia la nueva guía de los CDC de la guía anterior para programas de infancia temprana?

Esta nueva guía se aplica a cualquier virus de la gripe que circule durante la temporada de la gripe 2009-2010, inclusive la gripe H1N1 2009 y la gripe de temporada. Reconoce la necesidad de equilibrar los riesgos de la enfermedad entre los niños y el personal de programas de la infancia temprana en programas de infancia temprana que funcionan en hogares y centros, programas Head Start y otros programas para la infancia temprana, con los beneficios de mantener a los niños en los programas mencionados. Ofrece medidas específicas para que los proveedores de programas de la infancia temprana y los padres adopten en vista de las actuales condiciones de la gripe y en condiciones más graves. La nueva guía brinda también información para tomar decisiones a nivel comunitario sobre el momento adecuado para la implementación de estas estrategias dirigidas a los programas de la infancia temprana.

Además, esta guía recomienda que, de acuerdo con las condiciones actuales de la gripe, el personal de los programas de infancia temprana y los niños con enfermedades similares a la gripe permanezcan en sus hogares hasta al menos 24 horas después de la desaparición de la fiebre (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius) o de los signos de fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración). Esto debería poder determinarse sin usar medicamentos antifebriles (cualquier medicamento que contenga ibuprofeno o acetaminofeno). Este es un período más corto que el recomendado en la guía anterior, que indicaba que los proveedores y niños de programas de la infancia temprana debían permanecer en sus hogares durante 7 días luego del comienzo de los síntomas. El período de 7 días fuera de los programas de infancia temprana para los niños y proveedores de programas de la infancia temprana todavía se recomienda en caso de condiciones más graves.

P. ¿A qué se refiere el término “programa de infancia temprana” en esta guía?

A los efectos de esta guía, “programa de infancia temprana” se refiere a cualquier ámbito que se dedica al cuidado de un grupo de niños pequeños, como los programas que funcionan en hogares y centros, los programas Head Start y otros programas de infancia temprana. Esta guía se aplica a todo el programa de la infancia temprana, incluso a los servicios para niños mayores.



P. ¿Por qué deben preocuparse por la gripe en los programas de infancia temprana?

Los niños menores de 5 años tienen mayor riesgo de padecer complicaciones a causa de la gripe y las complicaciones graves son más comunes en los niños menores de 2 años. Los niños pequeños menores de 6 meses son un grupo particularmente vulnerable debido a que son demasiados pequeños para recibir la vacuna contra la gripe de temporada o la de la gripe H1N1 2009.

Hasta este momento, en relación con la gripe H1N1 2009, el número más alto de casos se ha registrado en personas de entre 5 y 24 años de edad. Algunos programas de infancia temprana ofrecen programas extraescolares para los niños de este grupo etario. El segundo número más alto de casos de gripe H1N1 2009 se ha registrado en niños menores de 5 años.

P. ¿Cómo ayudan los CDC a las comunidades y los programas de infancia temprana a decidir que medidas tomar?

Los CDC y demás agencias de salud pública supervisarán los datos nacionales en cuanto a la cantidad de personas que buscan atención médica por enfermedades similares a la gripe. Los CDC también examinarán el alcance geográfico de las enfermedades similares a la gripe y los cambios en las características del virus. Al comparar los datos con las tendencias de la gripe de temporada y las tendencias de la gripe H1N1 entre abril y diciembre de 2009, los CDC podrán ofrecer consejos a las agencias estatales y locales sobre los pasos apropiados a seguir. Debido a que es probable que el impacto de la gripe en otoño e invierno de 2009-2010 varíe de acuerdo con la comunidad, los proveedores de programas de la infancia temprana deben solicitar información y guías específicas para su localidad a los funcionarios de salud locales y estatales.

Los funcionarios de la salud pública locales y estatales trabajarán con los socios comunitarios para considerar:

- ▶ quién debe participar en el proceso de toma de decisiones e incluir a esas personas en las comunicaciones regulares,
- ▶ la gravedad de la gripe y su impacto en la comunidad y en los programas de infancia temprana,
- ▶ la capacidad del sistema de asistencia médica para responder ante los brotes locales, y
- ▶ los objetivos, viabilidad y la aceptación por parte de la comunidad de las medidas bajo consideración

Medidas para ayudar a los programas de infancia temprana a prevenir la diseminación de la gripe durante las actuales condiciones de la influenza

P. ¿Qué medidas pueden tomar los programas de infancia temprana para que los niños y el personal del programa estén saludables?

- ▶ Aliente a todo el personal de programas de infancia temprana a que se vacune contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009 conforme a las recomendaciones de los CDC. La mayoría del personal que trabaja en programas de infancia temprana está dentro del primer grupo de prioridad para vacunarse. También deben recomendar a los padres que vacunen a sus hijos. Para obtener más información sobre los primeros grupos de prioridad que recibirán la vacuna, visite www.cdc.gov/h1n1flu/vaccination/acip.htm y www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm.
- ▶ Recomiende al personal de programas de infancia temprana que permanezca en sus hogares en caso de padecer una enfermedad similar a la gripe. Pídale a los padres que dejen a sus hijos en sus casas si están enfermos. El personal y los niños deben permanecer en sus hogares hasta que la fiebre haya desaparecido (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca) por al menos 24 horas, sin haber utilizado medicamentos antifebriles.
- ▶ Realice controles de salud en los niños y el personal diariamente. Controle los signos de la enfermedad en los niños y el personal. Si están enfermos, tómeles la temperatura y pregúnteles si tienen síntomas.
- ▶ Lleve a los niños y al personal del programa de infancia temprana aparentemente enfermos a un espacio separado y controlado, donde estén al menos a 6 pies de distancia de las otras personas, hasta que puedan ser enviados a sus hogares. Limite la cantidad de personal que cuida de las personas enfermas y proporcione mascarillas quirúrgicas a los miembros del personal para que las usen, si pueden tolerarlas. Visite www.cdc.gov/h1n1flu/guidance_homecare.htm para más información sobre el cuidado de las personas enfermas.
- ▶ Fomente el protocolo para la higiene respiratoria ofreciendo al personal y los niños
 - información y recordatorios sobre cómo cubrirse la boca cuando tosen y estornudan, y
 - fácil acceso a pañuelos desechables y cestos de basura.
- ▶ Recuérdele al personal y a los niños que pongan en práctica buenos hábitos de higiene de manos y déles el tiempo y los elementos para hacerlo (como agua corriente, jabón y toallas desechables).
- ▶ Limpie con frecuencia las superficies y los artículos que los niños tocan habitualmente con sus manos o sus bocas, o que puedan estar en contacto con fluidos corporales. Limpie estas superficies con el desinfectante para el hogar que se usa generalmente. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. No se recomienda desinfección adicional de estas superficies más allá de la rutina de limpieza.
- ▶ Comunique y recomiende al personal y a los padres de los niños de programas de infancia temprana que busquen atención médica para ellos o sus hijos de inmediato, si se enferman y tienen mayor riesgo de padecer complicaciones a causa de la gripe, si están preocupados por su enfermedad o si desarrollan síntomas graves. El tratamiento temprano con medicamentos antivirales para la gripe disminuye el riesgo de padecer una enfermedad grave por la gripe.
- ▶ Considere la posibilidad de cerrar temporalmente el programa de infancia temprana si la transmisión de la gripe es alta en la comunidad. Trabaje estrechamente con los funcionarios locales de la salud pública para decidir si el programa de infancia temprana debe permanecer cerrado temporalmente.

P. ¿Qué pueden hacer los programas de infancia temprana para prepararse para responder a la gripe durante la temporada de gripe 2009-2010?

- ▶ Examine y revise, si fuera necesario, las planificaciones actuales de respuesta (o crisis) ante la gripe.
- ▶ Actualice la información de contacto para los padres a fin de que puedan comunicarse fácilmente si necesitan ir a recoger a un hijo enfermo.
- ▶ Conozca si el niño bajo su cuidado tiene una afección médica subyacente que pudiera ponerlo en alto riesgo de padecer complicaciones a causa de la gripe.
- ▶ Desarrolle planificaciones de emergencia para cubrir puestos claves cuando el personal se enferme o esté cuidando a miembros de la familia enfermos en sus hogares.
- ▶ Identificar y establecer un punto de contacto con la agencia de salud pública local.
- ▶ Establezca un espacio separado para atender a los estudiantes o miembros de personal enfermos, en el que estarán a por lo menos 6 pies de distancia del resto, hasta que puedan ser enviados a sus casas.
- ▶ Exponga y distribuya materiales educativos para incentivar una buena higiene de manos y el protocolo para la higiene respiratoria. Vea las herramientas disponibles en www.flu.gov.
- ▶ Ayude a las familias y a las comunidades a entender la importancia del papel que pueden jugar en la reducción de la diseminación de la gripe.
- ▶ Aconseje a los padres que busquen un cuidado alternativo para sus hijos en caso de que cierre el programa de infancia temprana.

P. ¿De qué se trata el control de salud diario?

Los programas de infancia temprana deben realizar un control de salud diario a todos los niños y el personal en el momento que llegan o poco después de su llegada al establecimiento. El objetivo del control de salud diario es observar y evaluar la salud general del niño. Los proveedores de programas de infancia temprana capacitados y con experiencias pueden convertirse en una fuente valiosa para los padres, especialmente para los nuevos padres que no puedan reconocer si su hijo está enfermo y debe ser examinado por un proveedor de asistencia médica pediátrica. Es probable que los niños pequeños no puedan comunicar que no se sienten bien.

El control de salud diario debe consistir en observar al niño y hablar con los padres y el niño.

Durante el control de salud diario el proveedor del programa de infancia temprana debe buscar:

- ▶ cualquier cambio en el comportamiento del niño (irascibilidad, llanto inusual, disminución del apetito o falta de interés en el juego),
- ▶ un informe de enfermedad del niño o de un integrante de la familia.
- ▶ un informe de una visita reciente a un proveedor de asistencia médica por parte del niño o un integrante de la familia, y
- ▶ cualquier signo o síntoma de gripe: sensación de calor al tacto, fiebre, tos, dolor de garganta, congestión o goteo nasal, dolores de cabeza y corporales, escalofríos y cansancio. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo el virus H1N1 2009, y presentar síntomas respiratorios sin fiebre.

Se encuentra disponible un ejemplo sobre las formas de realizar controles diarios de salud en:

www.bmcc.edu/Headstart/Trngds/Diseases/pg91-108.htm

P. ¿Qué pueden hacer los proveedores de programas de infancia temprana y los padres para ayudar a los niños a lavarse las manos?

Los proveedores de programas de infancia temprana deben:

- ▶ darles a todos los niños el tiempo suficiente para lavarse las manos cuando es necesario,
- ▶ brindarles jabón, agua corriente, toallas de papel y un cesto de basura fácil de alcanzar, e
- ▶ informar a las familias, niños y personal sobre la importancia de la buena higiene de las manos y de los métodos adecuados para hacerlo.

Los padres y los proveedores de programas de infancia temprana deben lavarles las manos a los niños que no pueden hacerlo por sí solos y controlar con atención a los niños que no se lavan las manos adecuadamente.

Por ejemplo, cuando les enseñe a los niños pequeños a lavarse las manos:

- ▶ abra el grifo,
- ▶ moje sus manos,
- ▶ aplique una buena cantidad de jabón y enjabónelas,
- ▶ haga que se laven las manos durante alrededor de 20 segundos, o el tiempo que toma cantar dos veces el “feliz cumpleaños”,
- ▶ lávese el frente, la parte de atrás de la manos, entre los dedos, alrededor de las uñas y luego enjuáguelas bien, y
- ▶ seque las manos preferentemente con un artículo desechable, como una toalla desechable y luego utilícela para cerrar el grifo.

Visite www.cdc.gov/cleanhands para obtener más información sobre la higiene de las manos.

P. ¿Qué medidas se deben tomar en los ámbitos de los programas de infancia temprana cuando no se dispone de agua corriente y jabón?

Cuando no se dispone de jabón ni de agua corriente (como por ejemplo durante un viaje) utilice desinfectante para manos a base de alcohol.

Sin embargo, en algunos lugares no se permite utilizar toallas desinfectantes para manos a base de alcohol en programas de infancia temprana porque pueden ser tóxicos en caso de ser ingeridos. Si se utilizan toallas desinfectantes para manos a base de alcohol, deben mantenerse en un lugar al cual los niños no puedan acceder, pero si los adultos cuando los necesiten.

P. ¿Puede el virus vivir sobre superficies, como juguetes, cunas o equipamiento de las áreas de juegos?

- ▶ Sí, los virus de la gripe pueden diseminarse cuando un niño toca gotitas luego de que una persona tosió o estornudó sobre una superficie dura (como mesas o las perillas de las puertas) u objetos (como juguetes o marcadores) y luego se toca la boca o la nariz. Sin embargo, no es necesario desinfectar estas superficies más allá de la limpieza de rutina.
- ▶ Limpie las superficies y los objetos que con más frecuencia están en contacto con la boca o las manos con los productos de limpieza que usualmente se utilizan en estas áreas. Algunos estados y localidades cuentan con leyes sobre productos de limpieza específicos utilizados en programas de infancia temprana. Los proveedores de programas de infancia temprana deben ponerse en contacto con el departamento de salud estatal y el departamento de protección ambiental para obtener una guía adicional.

P. ¿Qué pueden hacer las familias para evitar que los niños y otras personas se enfermen y contagien la gripe?

Las familias pueden evitar enfermarse de gripe de cuatro maneras diferentes:

- ▶ Vacunar a los niños de 6 meses a 5 años contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009. También deben vacunarse las personas que cuidan a niños menores de 6 meses. Se deben considerar vacunas para cualquier persona que se encuentre en mayor riesgo de desarrollar complicaciones por la gripe de temporada o la H1N1 2009. Para obtener más información sobre los primeros grupos de prioridad que recibirán la vacuna, visite www.cdc.gov/h1n1flu/vaccination/acip.htm y www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm
- ▶ Practicar una buena higiene de manos. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Ayúdele a los niños a lavarse las manos.
- ▶ Cumplir con el protocolo para la higiene respiratoria. Se cree que la influenza se transmite principalmente de persona a persona a través del goteo nasal producido al toser o estornudar, así que es importante cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude cubriéndose con el ángulo interno del codo u hombro (no con las manos). Explique a sus hijos cómo hacer esto.
- ▶ Quedarse en casa si está enfermo. Mantener a los niños enfermos en sus casas significa que los virus sólo les afectarán a ellos en lugar de compartirlos con otros.

Las familias deben asumir una responsabilidad personal para ayudar a desacelerar la diseminación del virus adoptando estas medidas a fin de evitar enfermarse de gripe y proteger a otros de contraer la gripe.

P. ¿Necesita nuestro programa de infancia temprana una autorización de un proveedor de atención médica para que los niños que han estado enfermos puedan regresar al programa?

No, no se necesita una autorización del consultorio del proveedor de atención médica o de un proveedor de asistencia médica. Es probable que los centros de asistencia médica estén muy ocupados durante la temporada de la gripe y será difícil que otorguen estas autorizaciones. Basándose en las condiciones actuales de la gripe, si un niño tiene los síntomas de la gripe, debe permanecer en su hogar hasta que la fiebre haya desaparecido (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca) por al menos 24 horas, sin haber utilizado medicamentos antifebriles. Esto lleva generalmente de 3 a 5 días.

Bajo condiciones de la gripe más graves, los niños con síntomas de gripe deben permanecer en sus casas durante al menos 7 días, incluso si los síntomas desaparecen antes. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares durante por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.

P. ¿Un miembro del personal necesita tener una autorización de su proveedor de asistencia médica para probar que está enfermo y que debe permanecer en su casa o que está saludable y puede regresar al programa de infancia temprana?

No, no se necesita una autorización del consultorio del proveedor de atención médica o de un proveedor de asistencia médica. Es probable que los centros de asistencia médica estén muy ocupados durante la temporada de la gripe y será difícil que otorguen estas autorizaciones. Basándose en las condiciones actuales de la gripe, si un miembro del personal tiene síntomas de gripe, debe permanecer en su hogar hasta que la fiebre haya desaparecido (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca) por al menos 24 horas, sin haber utilizado medicamentos antifebriles. Esto dura generalmente de 3 a 5 días.

Bajo condiciones de la gripe más severas, el personal con síntomas de gripe debe permanecer en sus hogares durante al menos 7 días, incluso si los síntomas desaparecen antes. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares durante por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.

P. ¿Qué deben hacer los padres si hay un caso de gripe H1N1 2009 en su programa de infancia temprana?

Los programas de infancia temprana pueden ser lugares difíciles para prevenir el contagio de la gripe. Los niños pequeños son vulnerables a los contagios y tienen un mayor riesgo de padecer complicaciones por la gripe. Los niños están en constante contacto unos con otros, compartiendo juguetes y otros artículos. Es también difícil que los niños comprendan y practiquen una buena higiene de manos y se cubran la tos y los estornudos. No es posible prevenir completamente la diseminación de enfermedades infecciosas, como la gripe, en los programas de infancia temprana. No existe una política para evitar que quien sea un foco de infección pueda permanecer alejado de estos entornos. Los padres deben observar a sus niños cuidadosamente para detectar signos y síntomas de gripe y dejarlos en sus hogares si se enferman.

Adultos y niños con riesgo más alto de sufrir complicaciones

P. ¿Qué niños e integrantes del personal están en mayor riesgo de padecer complicaciones por la gripe?

Todas las personas (incluso las personas saludables) pueden enfermarse de gripe (de temporada y gripe H1N1 2009), y cualquiera puede tener problemas graves a causa de la gripe. Algunos grupos corren mayores riesgos de sufrir complicaciones por la gripe. Esto incluye a niños menores de 5 años (los niños en programas de infancia temprana generalmente están en este grupo), las mujeres embarazadas, las personas de cualquier edad con afecciones de salud crónicas (como asma, diabetes o enfermedades cardíacas) y personas de 65 años y mayores. Entre los niños menores de 5 años, el riesgo de padecer complicaciones graves por la gripe es más alto que en niños menores de 2 años.

P. ¿Quiénes deben recibir la vacuna contra la gripe?

Como siempre, las vacunas estarán disponibles este año para que se proteja contra la gripe de temporada. Los niños de 6 meses a 18 años de edad, las personas de cualquier edad con ciertas afecciones médicas crónicas (como asma, enfermedades cardíacas o diabetes) y todas las personas de 50 años y mayores deben vacunarse contra la gripe de temporada tan pronto como sea posible. Se puede encontrar información sobre la vacuna contra la gripe de temporada en: www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm.

Algunos grupos tienen mayor riesgo de desarrollar complicaciones relacionadas con la gripe y se les recomienda recibir la vacuna contra la gripe H1N1 2009. Entre estas personas encontramos a: niños menores de 5 años de edad, pero especialmente niños menores de 2 años; personas de 65 años de edad o mayores; mujeres embarazadas; adultos y niños que tienen asma, enfermedades neurológicas y del neurodesarrollo; enfermedades pulmonares crónicas; enfermedades cardíacas; trastornos sanguíneos; trastornos endocrinos, como la diabetes; afecciones renales, enfermedades del hígado y trastornos metabólicos; sistemas inmunológicos debilitados debido a una enfermedad o medicamento; y personas menores de 19 años de edad bajo tratamiento a largo plazo a base de aspirinas. Debido al aumento en la disponibilidad de la vacuna, cualquiera, incluyendo aquellos mayores de 65 años, ahora pueden vacunarse. Para obtener más información sobre las personas que tienen mayores riesgos de desarrollar complicaciones por la gripe, visite <http://www.cdc.gov/h1n1flu/highrisk.htm>.

P. ¿Qué deben hacer las integrantes embarazadas del personal para protegerse de la gripe?

Las mujeres embarazadas deben seguir las mismas pautas que el público en general en relación con permanecer en sus casas si están enfermas, la higiene de las manos, la higiene respiratoria y la limpieza de rutina.

Las mujeres embarazadas deben saber que forman parte del primer grupo de prioridad para recibir la vacuna contra la gripe H1N1 2009. La vacuna contra la gripe de temporada también se recomienda a las mujeres embarazadas y puede suministrarse en cualquier momento durante el embarazo.

Las mujeres embarazadas tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe y, como todas las personas con un alto riesgo, deben consultar con sus proveedores de atención médica lo antes posible en caso de desarrollar síntomas similares a los de la gripe. Se recomienda el tratamiento temprano con medicamentos antivirales para la gripe a las mujeres embarazadas que ya tienen la enfermedad, estos medicamentos son más efectivos cuando se los comienza a administrar dentro de las primeras 48 horas de la aparición de los síntomas.

Si las condiciones de la gripe se tornan más graves, es probable que las mujeres embarazadas quieran retirar a sus hijos de los programas de infancia temprana o dejar de trabajar temporariamente, si son proveedoras de un programa de infancia temprana.

Síntomas de la gripe

P. ¿Cuáles son los síntomas de la gripe de temporada y de la gripe H1N1 2009?

Los síntomas de la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009 incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, congestión o goteo nasal, dolores de cabeza y corporales, escalofríos y cansancio. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo el virus H1N1 2009, y presentar síntomas respiratorios sin fiebre.

P. ¿Cómo reconozco la fiebre o los signos de la fiebre?

La fiebre es la temperatura tomada en la boca con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Se deben observar los siguientes posibles signos de fiebre: si tiene la sensación de mucho calor, la cara enrojecida, sudoración o escalofríos.

P. ¿Cómo sé si un niño tiene gripe de temporada o gripe H1N1 2009?

Es difícil saber si alguien, incluso un niño, padece gripe de temporada o gripe H1N1 2009. Los funcionarios de la salud pública y las autoridades médicas no recomendarán los exámenes de laboratorio. Cualquier persona con síntomas similares a los de la gripe debe permanecer en su hogar y no ir a trabajar.

Es probable que algunos niños no sean capaces de comunicar sus síntomas, lo que puede demorar la respuesta a su enfermedad. Es importante controlar cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe o la conducta inusual que puede ser un signo de que su hijo está enfermo. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo el virus H1N1 2009, y presentar síntomas respiratorios sin fiebre.

P. ¿Qué medicamentos antifebriles pueden tomar los niños y el personal enfermos?

Los medicamentos antifebriles son medicamentos que contienen acetaminofeno (como Tylenol®) o ibuprofeno (como Motrin®). Estos medicamentos se pueden administrar a personas enfermas de gripe para ayudar a reducir la fiebre y aliviar el dolor. La aspirina (ácido acetilsalicílico) **no debe** ser suministrada a menores de 18 años que tienen gripe, pues puede generar una rara pero grave enfermedad denominada síndrome de Reye.

Los programas de infancia temprana no deben suministrar ningún medicamento a los niños sin el consentimiento de los padres. Se debe capacitar a todo el personal que administra medicamentos a los niños.

P. ¿Cómo sé si un niño necesita ser atendido por un proveedor de asistencia médica?

Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente. Estos signos de advertencia incluyen uno o más de los siguientes:

- ▶ respiración acelerada, dificultades para respirar, falta de aire, detención de la respiración;
- ▶ piel con coloración azulada, morada o grisácea especialmente en los labios y en el interior de la boca o alrededor de las uñas,
- ▶ ingesta insuficiente de líquidos, negación a ingerir líquidos;
- ▶ falta de orina, disminución en la cantidad de pañales humedecidos por orina, o falta de lágrimas al llorar;
- ▶ vómitos graves o persistentes;
- ▶ dificultad para despertarse o incapacidad para interactuar (por ejemplo: tranquilidad e inactividad poco común, falta de interés para jugar, sin interés por un juguete preferido),
- ▶ estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan o no se consuela con nada;
- ▶ dolor o presión en el pecho o estómago;
- ▶ mareos repentinos;
- ▶ confusión y
- ▶ síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos.

Medidas que pueden tomar los programas de infancia temprana para prevenir el contagio de la gripe bajo condiciones de la gripe más graves

P. ¿Cómo sabrán los programas de infancia temprana si la gripe es más grave para tomar medidas adicionales?

Los CDC, los departamentos de salud locales y estatales y otras organizaciones de salud pública continuarán monitoreando la diseminación de la gripe, la gravedad de la enfermedad que está causando, y si el virus está cambiando. Los departamentos de salud estatales y locales también estarán pendientes del aumento de casos de enfermedad grave en sus áreas y le ofrecerán asesoramiento a sus comunidades. Los programas de infancia temprana deben trabajar en conjunto con los funcionarios de la salud pública locales y estatales para guiar su respuesta a la gripe. Las agencias de salud pública comunicarán los cambios en la gravedad y la extensión de las enfermedades similares a la gripe para asegurar que los programas de infancia temprana tengan la información que necesitan para tomar las medidas correctas para reducir el impacto de la gripe.

P. ¿Qué medidas adicionales deberían tomar los programas de infancia temprana para evitar que los estudiantes y los miembros del personal se enfermen en caso de que la gripe se torne más grave?

Si las condiciones de la gripe se tornan más graves, los CDC pueden recomendar las siguientes medidas y acciones adicionales para los programas de infancia temprana.

- ▶ Permitir a los niños y miembros del personal que tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe permanecer en sus casas mientras la circulación de la gripe por la comunidad sea intensa. Los miembros del personal y los padres deben consultar a sus proveedores de asistencia médica antes de tomar esta decisión.
- ▶ Explorar maneras innovadoras de aumentar las distancias entre los niños. Por ejemplo, dividir las clases en grupos más pequeños (por ejemplo, grupos de 6 o menos niños) y mantenerlos al cuidado del mismo proveedor de infancia temprana.
- ▶ Solicitar que los niños que viven con personas que contrajeron una enfermedad similar a la gripe permanezcan en casa durante 5 días a partir del primer día en que se enfermó ese familiar.
- ▶ Informar al personal y a los padres de los niños enfermos que deben permanecer en sus hogares durante al menos 7, aunque se sientan mejor antes de ese lapso. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares durante por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.
- ▶ Considerar la posibilidad de suspender el programa de infancia temprana. Los programas de infancia temprana deben trabajar en conjunto con los funcionarios de la salud pública locales y estatales para tomar la decisión de suspender o no el programa. Si se toma la decisión de suspender el programa de infancia temprana, los CDC recomiendan hacerlo durante al menos 5-7 días calendario.

P. ¿Qué pueden hacer los programas de infancia temprana para aumentar la distancia social durante un brote de gripe más grave?

Los proveedores de programas de infancia temprana deben ser creativos a la hora de pensar maneras de incrementar el espacio físico entre los niños. No todos los métodos serán viables para todos los programas de infancia temprana. Sin embargo, es importante tener en cuenta algunas opciones de distanciamiento social si los programas de infancia temprana van a permanecer abiertos.

Las opciones incluyen:

- ▶ evitar reunir grupos de niños de diferentes clases,
- ▶ mantener a los niños en el mismo grupo y con el mismo proveedor,
- ▶ posponer viajes que reúnen a niños de múltiples clases en grupos grandes y densamente poblados,
- ▶ realizar actividades al aire libre,
- ▶ dividir las clases en grupos más pequeños, por ejemplo, un grupo de 6 o menos niños,
- ▶ disponer las áreas de juego de forma tal para que haya una mayor distancia entre ellas,
- ▶ llevar a los grupos de niños a espacios más grandes, cuando sea posible, para permitir una distancia mayor entre los niños.

P. ¿Cuáles son los diferentes tipos de cierres de programas de infancia temprana?

Los programas de infancia temprana deben trabajar en conjunto con los funcionarios de la salud pública locales para tomar la decisión de cerrar temporariamente estos programas. Existen tres tipos de cierres para los programas de infancia temprana:

- ▶ El **cierre selectivo** se utiliza cuando las condiciones de la gripe son similares a las del período entre abril y diciembre de 2009 y el nivel de contagio de la gripe es alto. Algunas comunidades o programas de infancia temprana pueden considerar cierres temporarios para ayudar a reducir la diseminación de la gripe entre niños menores de 5 años.
- ▶ El **cierre reactivo** se utiliza cuando las condiciones de la gripe son más graves en comparación con las del período entre abril y diciembre de 2009 y muchos miembros del personal y niños se enferman y no asisten al programa de infancia temprana, o cuando muchos niños y miembros del personal llegan enfermos al programa de infancia temprana y son enviados a sus casas. El programa de infancia temprana podría cerrar si es incapaz de operar bajo estas condiciones. Es más probable que los programas más pequeños con base en los hogares tengan un cierre reactivo que los programas en los centros, ya que los primeros cuentan con menos miembros del personal disponibles si algunos se enferman.
- ▶ El **cierre preventivo** se utiliza a comienzos de la respuesta a la gripe en una comunidad cuando las condiciones son más graves en comparación con las del período entre abril y diciembre de 2009. El objetivo es reducir la diseminación de la gripe antes de que se enfermen muchos niños y miembros del personal. Esto se basa en información sobre la propagación de casos de **gripe grave** en la región. El tipo de cierre es más efectivo para la reducción de la diseminación de la gripe y la carga sobre el sistema de atención médica cuando se implementa en una etapa temprana en relación con la magnitud de actividad de la gripe en el área.

P. ¿Qué medidas se recomiendan para reabrir los programas de infancia temprana después del cierre?

El período durante el que se prolongará la medida de cierre de los programas de infancia temprana variará dependiendo del tipo de cierre que se elija y de la gravedad y el alcance de la enfermedad. Si se toma la decisión de cerrar los programas de infancia temprana, los CDC recomiendan hacerlo por 5-7 días calendario.

En forma regular (por ejemplo, semanalmente) los funcionarios de salud locales deberán reevaluar la diseminación de la enfermedad, los beneficios de mantener a los niños en sus hogares y el impacto del cierre del programa de infancia temprana. Esta información ayudará a informar la decisión de extender el cierre o reabrir los programas de infancia temprana.

P. ¿Qué opciones tienen los padres si cierra un programa de infancia temprana?

Los padres deben hacer planificaciones para el cuidado alternativo de sus hijos si cierran los programas habituales de infancia temprana. El cuidado alternativo de los niños puede incluir a familiares, vecinos, compañeros de trabajo o amigos. Los padres deben consultar a sus empleadores si se les permite trabajar desde sus hogares o cambiar el horario de trabajo para poder permanecer en sus casas y cuidar a sus hijos. El cuidado alternativo temporal de los niños debe mantener al niño en grupos pequeños (por ejemplo, grupos de 6 o menos niños). Los padres deben consultar a los grupos comunitarios si estos pueden apoyar sus necesidades de cuidado infantil de emergencia y si tienen planificaciones para el caso de que los programas de infancia temprana cierren durante un brote grave de gripe.

**Hoja de datos para los
proveedores de programas
de infancia temprana**

Medidas orientadas a los proveedores de programas de cuidado infantil e infancia temprana para prevenir la diseminación de la gripe

Respete los siguientes pasos para ayudar a evitar que los niños y el personal se contagien la gripe. Estas medidas se deben tomar **SIEMPRE** y no sólo durante una pandemia de gripe.

- ▶ **Recomiende a todo el personal de programas de infancia temprana que se vacune** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009 conforme a las recomendaciones de los CDC. La mayor parte del personal que trabaja en los programas de infancia temprana se encuentra en el primer grupo de prioridad para vacunarse contra la gripe H1N1 2009. Puede encontrar información sobre la vacunación contra la gripe H1N1 2009 en: www.cdc.gov/h1n1flu/vaccination. Se puede encontrar información sobre la vacuna contra la gripe de temporada en: www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm.
- ▶ **Informe e inste al personal y a los niños a cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.** Además, brinde acceso fácil a pañuelos desechables y cestos de basura. Asegúrese de que el personal de los programas les recuerde a los niños a cubrirse la boca con el ángulo interno del codo en lugar de usar las manos al toser o estornudar cuando no se disponga de pañuelos desechables. Enseñe a los niños a arrojar los pañuelos desechables luego de ser usados.
- ▶ **Recuérdelo al personal y a los niños practicar una buena higiene de manos** y bríndeles el tiempo y los suministros para hacerlo tanto como sea necesario. Haga que el personal ayude a los niños a lavarse correctamente y con frecuencia. Puede usar toallas desinfectantes para manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
- ▶ **Recuérdelos a los miembros del personal que deben permanecer en sus hogares si presentan síntomas de gripe.** Los síntomas de la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009 incluyen: fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales, dolores de cabeza, escalofríos y cansancio. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo la gripe H1N1 2009 y presentar síntomas respiratorios sin fiebre. Los niños y el personal enfermo deben permanecer en sus hogares hasta al menos 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca) o los signos y síntomas de la fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración) sin haber utilizado medicamentos antifebriles.
- ▶ **Realice un control de salud en los niños diariamente** y asegúrese de que la información de contacto de los padres esté actualizada para que pueda contactarlos en caso de que deban recoger a sus hijos enfermos. Se debe prestar especial atención a los niños más pequeños y a aquellos con limitaciones o retrasos en habilidades de comunicación ya que es posible que no puedan comunicar sus síntomas.
- ▶ **Mantenga a los miembros del personal y niños enfermos en un espacio separado pero bajo supervisión** hasta que sus padres puedan llevarlos a sus hogares. Limite el número de miembros del personal que cuidan de las personas enfermas.



- ▶ **Envíe a los miembros del personal a sus casas inmediatamente** y recomíéndeles que no vuelvan hasta al menos 24 horas posteriores a la desaparición de la fiebre o de los signos de fiebre (sin haber usado medicamentos antifebriles).
- ▶ **Limpie rutinariamente las superficies y los elementos que los niños frecuentemente tocan** con las manos, bocas y fluidos corporales tales como los juguetes, cambiadores, sillas o materiales del área de juegos. Limpie estas superficies con el desinfectante para el hogar que se usa generalmente. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. No se recomienda desinfección adicional de estas superficies más allá de la rutina de limpieza.
- ▶ **Fomente los exámenes médicos tempranos para los niños y el personal** que corren mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe. El grupo de personas que tiene un riesgo más alto de sufrir complicaciones por la gripe incluye niños menores de 5 años (especialmente niños menores de 2 años de edad), mujeres embarazadas y personas con enfermedades crónicas (como asma, enfermedades cardíacas o diabetes). Para obtener más información sobre las personas que tienen mayores riesgos de desarrollar complicaciones por la gripe, visite <http://www.cdc.gov/h1n1flu/highrisk.htm>.
- ▶ **Considere la posibilidad de suspender temporalmente el programa de infancia temprana si el riesgo de contagio es alto en la comunidad.** Trabaje estrechamente con los funcionarios locales de la salud pública para decidir si el programa debe permanecer cerrado temporalmente para reducir la diseminación de la gripe.

Si las condiciones de la gripe se tornan MÁS severas, los programas de infancia temprana deben considerar añadir las siguientes medidas.

- ▶ **Informe al personal y a los niños enfermos que deben permanecer en sus hogares durante al menos 7 días**, incluso aunque se sientan mejor antes de ese lapso. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.
- ▶ **Permita que los niños y el personal con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe se queden en sus hogares** mientras haya gripe en la comunidad.
- ▶ **Solicite a los niños que viven en un hogar con alguien que contrajo una enfermedad similar a la gripe que permanezcan en casa** durante 5 días a partir del primer día en que se enfermó ese familiar.
- ▶ **Encuentre maneras de aumentar las distancias sociales** (el espacio entre las personas) en los programas de infancia temprana. Por ejemplo, puede dividir las clases en grupos más pequeños, distanciar las zonas de juego y organizar las clases y actividades al aire libre.
- ▶ **Considere el cierre temporal del programa si**, cuando un gran número de niños y del personal se queda en sus hogares, se dificulta el funcionamiento del programa de infancia temprana o si los funcionarios locales de salud recomiendan el cierre temporal de los programas de cuidado infantil para reducir la propagación de la gripe. Trabaje estrechamente con sus funcionarios de salud pública locales para tomar esta decisión.

Siga estos pasos a fin de prepararse para la temporada de gripe 2009-2010:

- ▶ Revise y consulte los planes existentes para gripe pandémica y emergencia.

- ▶ Actualice la información de contacto de los padres para que pueda contactarlos en caso de que deban retirar a sus hijos enfermos.
- ▶ Identifique y establezca puntos de contacto con la agencia local de salud pública.
- ▶ Desarrolle un plan para cubrir las posiciones del personal clave en caso de que se encuentre en su hogar debido a que está enfermo o cuidando a algún familiar.
- ▶ Aconseje a los padres a que desarrollen planes de cuidado infantil alternativos en caso de que el programa deba cerrarse temporalmente. Se debe alentar a los padres a que se pongan de acuerdo con los familiares, vecinos, amigos, compañeros de trabajo o grupos de la iglesia para crear alternativas de cuidado de los niños en caso de emergencia.
- ▶ Ayude a las familias y a las comunidades a entender la importancia del papel que pueden jugar en la reducción de la diseminación de la gripe en los programas de de infancia temprana.
- ▶ Cuente con un espacio separado pero bajo supervisión para cuidar a los niños y al personal enfermo hasta que puedan enviarlos a sus hogares.
- ▶ Exponga y distribuya materiales educativos para incentivar una buena higiene de manos y el protocolo para la higiene respiratoria.

Para obtener más información:

- ▶ **Visite: www.flu.gov**
- ▶ **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
 - 1 (800) CDC-INFO (232-4636)
 - TTY: (888) 232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov

**Hojas de datos para
informar a los padres**

Medidas que los padres pueden tomar para proteger a sus hijos y a su familia de la temporada de gripe de 2009-2010

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) sugieren tomar cuatro medidas para que su familia no se contagie con la gripe en los programas de infancia temprana o en su hogar:

1. **Vacune a sus hijos** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009. Los padres y cuidadores de niños menores de 6 meses también deben vacunarse contra la gripe de temporada H1N1 2009 debido a que estos niños corren un mayor riesgo de sufrir complicaciones relacionadas con la gripe y son demasiado pequeños para vacunarse.
2. **Permanezca en su hogar si usted o su niño se enferman** durante al menos 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca) o los signos de fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración). Mantener a los niños enfermos en sus casas significa que los virus sólo les afectarán a ellos en lugar de compartirlos con otros.
3. **Cúbrase la boca y la nariz** con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude cubriéndose la boca con el ángulo interno de su codo u hombro, no usando sus manos. Explique a sus hijos cómo hacer esto.
4. **Practique una buena higiene de manos** lavándose las manos con agua y jabón frecuentemente, especialmente después de toser o estornudar. Los padres y los proveedores de cuidado infantil deben lavar las manos a los niños que todavía no pueden hacerlo por sí solos y controlar con atención a los niños que no se lavan las manos adecuadamente. (Tenga en cuenta que si no dispone de agua y jabón, las toallas desinfectantes para manos a base de alcohol resultan útiles)

Si las condiciones de la gripe se tornan MÁS graves:

- ▶ Los funcionarios de salud pública locales decidirán cuánto tiempo deben permanecer en sus hogares los niños y el personal que presenten síntomas similares a los de la gripe en base a las condiciones de la gripe de cada zona en particular.
 - En el caso de que se decida extender el tiempo durante el cual las personas enfermas deben permanecer en sus hogares, **los padres deben mantener a sus hijos en sus hogares por al menos 7 días**, incluso si se sienten mejor antes. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido completamente.
 - **Si un integrante del hogar está enfermo, mantenga a los niños en su hogar, sin asistir a la escuela o a los programas de infancia temprana, durante 5 días** a partir del momento en que el integrante del hogar se enfermó. Los padres deberán supervisar su salud y la de sus niños para detectar fiebre y otros síntomas de la gripe.



Siga estos pasos a fin de prepararse para la gripe durante la temporada de gripe 2009-2010:

- ▶ Organice el cuidado de los niños en el hogar en caso de que se enfermen o si se suspenden las clases o su programa de infancia temprana habitual. Verifique con su empleador si se le permite permanecer en su hogar para cuidar de sus niños, trabajar desde su casa o tener horarios de trabajo más flexible. Si esto no es posible, encuentre otras maneras de cuidar a sus hijos en su hogar (por ejemplo, que estén a cargo de sus familiares, vecinos, compañeros de trabajo o amigos).
- ▶ Planifique monitorear su salud y la de sus niños en el hogar mediante el control de la fiebre y otros síntomas de la gripe.
- ▶ Identifique a los niños que tienen mayor riesgo de padecer una enfermedad grave derivada de la gripe y consulte a su proveedor de atención médica sobre un plan para protegerlos durante la temporada de la gripe. Los niños que tienen mayor riesgo de padecer de una enfermedad grave derivada de la gripe con: los niños menores de 5 años de edad y niños que presentan condiciones médicas crónicas, como asma, enfermedades cardíacas y diabetes.
- ▶ Actualice las listas de contacto en caso de emergencias.
- ▶ Reúna juegos, libros, DVD y otros artículos para que su familia esté entretenida en caso de que las clases o los programas de infancia temprana se suspendan o si su hijo se enferma y debe permanecer en su casa.
- ▶ Consulte a las autoridades del programa de infancia temprana y de la escuela sobre su plan de emergencia o plan para pandemia.

Para obtener más información:

- ▶ **Visite: www.flu.gov**
- ▶ **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
 - 1 (800) CDC-INFO (232-4636)
 - TTY: (888) 232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov

Medidas para los padres de niños con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe

Niños menores de 5 años; pero especialmente los niños menores de 2 años, personas de 65 años o mayores, embarazadas, adultos y niños que tienen asma, enfermedades neurológicas y del neurodesarrollo; enfermedades pulmonares crónicas; enfermedades cardíacas; trastornos sanguíneos; trastornos endocrinos, como la diabetes; afecciones renales, enfermedades del hígado y trastornos metabólicos; sistemas inmunológicos debilitados debido a una enfermedad o medicamento, y personas menores de 19 años de edad bajo tratamiento a largo plazo a base de aspirinas Si no está seguro de que alguno de sus hijos pertenece al grupo de personas que tienen mayor riesgo de desarrollar complicaciones por la gripe, consulte con su proveedor de asistencia médica. Para obtener más información sobre las personas que tienen mayores riesgos de desarrollar complicaciones por la gripe, visite <http://www.cdc.gov/h1n1flu/highrisk.htm>.

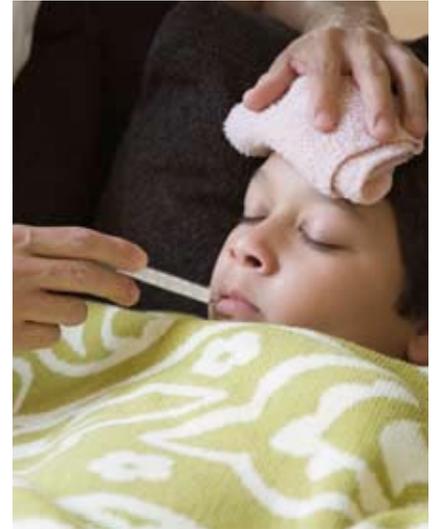
Evite que los niños con mayor riesgo de padecer complicaciones contraigan la gripe.

- ▶ **Vacune a su niño mayor de 6** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009.
- ▶ Haga que su hijo **tosa y estornude cubriéndose la boca con un pañuelo desechable** o con el ángulo interno del codo u hombro si no tiene pañuelos desechables. Asegúrese de que su niño tire los pañuelos luego de usarlos y se lave las manos.
- ▶ **Asegúrese de que su hijo se lave las manos frecuentemente**, o ayude a los niños más pequeños a lavárselas, con agua y jabón durante 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice un limpiador para manos a base de alcohol. Debido a que los limpiadores para manos a base de alcohol pueden ser tóxicos si se ingieren, manténgalos en un lugar donde sólo usted tenga acceso para cuando los necesite.
- ▶ **Mantenga a su hijo alejado de las personas que están enfermas.**
- ▶ **Limpie las superficies y los objetos que su hijo toca con frecuencia.** Limpie estas superficies con el desinfectante para el hogar que se usa generalmente. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. No se recomienda desinfección adicional de estas superficies más allá de la rutina de limpieza.
- ▶ Si hay gripe en su comunidad, tenga en cuenta el riesgo de exposición de los niños cuando concurren a reuniones públicas. En las comunidades con muchos casos de gripe, **las personas que corren riesgo de padecer complicaciones por la gripe deben considerar mantenerse alejadas de las reuniones públicas** tales como los eventos deportivos y conciertos.
- ▶ Si la gripe es grave en su comunidad, hable con su médico y la escuela o programa de infancia temprana de su niño para **desarrollar un plan a fin de tratar las necesidades especiales del niño.**



Reconozca si sus hijos están enfermos.

Es probable que algunos niños no sean capaces de comunicar sus síntomas, lo que puede demorar la respuesta a su enfermedad. Es importante controlar cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe o la conducta inusual que puede ser un signo de que su hijo está enfermo. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo la gripe H1N1 2009 y presentar síntomas respiratorios sin fiebre. La fiebre es la temperatura tomada en la boca con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Si no puede tomar la temperatura, existen signos y síntomas que indican que su niño tiene fiebre. Por ejemplo: escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración.



Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente.

Estos signos de advertencia incluyen uno o más de los siguientes:

- respiración acelerada, dificultades para respirar, falta de aire, detención de la respiración;
- piel con coloración azulada, morada o grisácea especialmente en los labios y en el interior de la boca o alrededor de las uñas;
- ingesta insuficiente de líquidos, negación a ingerir líquidos;
- falta de orina, disminución en la cantidad de pañales humedecidos por orina, o falta de lágrimas al llorar,
- vómitos graves o persistentes;
- dificultad para despertarse o incapacidad para interactuar (por ejemplo: tranquilidad e inactividad poco común, falta de interés para jugar, sin interés por un juguete preferido),
- estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan o no se consuela con nada;
- dolor o presión en el pecho o estómago;
- mareos repentinos;
- confusión y
- síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos.

Comparta esta información con el maestro de su hijo u otros cuidadores, para que puedan avisarle si su hijo no se siente bien.

Siga estos consejos sobre cómo cuidar a niños con alto riesgo de padecer complicaciones por la gripe.

- ▶ **Comuníquese con su proveedor de asistencia médica inmediatamente si su hijo se enferma.** Esto es importante porque los medicamentos antivirales que se usan para tratar la gripe funcionan mejor si comienzan a administrarse dentro de los 2 días de contraer la enfermedad. Su proveedor de asistencia médica le dirá cuál es el cuidado especial que necesita su hijo.
- ▶ **Su hijo debe permanecer en su casa si está enfermo** durante al menos 24 horas después de la desaparición de la fiebre o los signos de fiebre (sin haber utilizado un medicamento antifebril). Mantenga a su hijo en casa excepto para visitar al proveedor de asistencia médica. Asegúrese de que su hijo descansa bien y beba líquidos transparentes (como agua, caldo, bebidas para deportistas) a fin de evitar la deshidratación. A los bebés sírvales bebidas electrolíticas como Pedialyte®.
- ▶ **Si su hijo tiene fiebre, utilice los medicamentos antifebriles que su proveedor de atención médica** le haya recomendado de acuerdo con la edad de su hijo. La aspirina (ácido acetilsalicílico) no debe administrarse a niños o adolescentes con gripe ya que puede causar una rara pero grave enfermedad llamada síndrome de Reye.
- ▶ **Mantenga a su hijo enfermo en una habitación separada** (una habitación para enfermos) de la casa tanto como sea posible para limitar el contacto con los miembros de la familia que no están enfermos. Piense en designar a una única persona para que sea el principal cuidador del niño enfermo.



Puede encontrar más información acerca del cuidado de los integrantes del hogar en www.cdc.gov/h1n1flu/guidance_homecare.htm

Para obtener más información:

- ▶ **Visite: www.flu.gov**
- ▶ **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
 - 1 (800) CDC-INFO (232-4636)
 - TTY: (888) 232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov

Medidas para los padres si los programas de cuidado infantil o cuidado infantil temprana se cierran o los niños se enferman y deben permanecer en casa

- ▶ Planifique actividades para que sus hijos lleven a cabo en el hogar. Prepare juegos, libros, películas en DVD y otros artículos para entretener a la familia.
- ▶ Averigüe si su empleador le permitirá permanecer en su hogar para cuidar a miembros de la familia que estén enfermos o a los niños que no podrán asistir a los programas de cuidado infantil temprano debido a que suspendieron sus actividades. Consulte si puede trabajar desde el hogar. Si esto no es posible, encuentre otras maneras de cuidar a sus hijos en su hogar.
- ▶ Trate de organizarse con sus vecinos, amigos, compañeros de trabajo o grupos de la iglesia para crear alternativas para cuidar a los niños en caso de emergencia. Esto consiste en organizar a los niños en grupos (por ejemplo, grupos de 6 o menos niños) y contar con un proveedor de cuidado infantil fijo.
- ▶ Vacune a los niños de 6 meses a 5 años contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009. Los bebés menores de 6 meses de edad son particularmente vulnerables a la gripe ya que son demasiado pequeños para que los vacunen. Todas las personas (inclusive los padres) que viven y cuidan a niños menores de 6 meses de edad deben vacunarse tanto contra la gripe de temporada como contra la gripe H1N1 2009. Se deben considerar vacunas para cualquier persona que se encuentre en mayor riesgo de desarrollar complicaciones por la gripe de temporada o la H1N1 2009.

Consejos para el cuidado de los niños (y otros integrantes de la familia) con gripe.

- ▶ **Si su hijo o usted están enfermos, permanezcan en su hogar** durante al menos 24 horas posteriores a la desaparición de la fiebre o de los síntomas de la fiebre (sin haber usado medicamentos antifebriles). Mantener a los niños enfermos en sus casas significa que los virus sólo les afectarán a ellos en lugar de compartirlos con otros. Las personas enfermas deben permanecer en sus hogares aunque estén tomando medicamentos antivirales.
- ▶ **Cúbrase la boca al toser o estornudar. Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón**, en especial después de toser o estornudar. Si no se dispone de agua y jabón y las manos no se encuentran visiblemente sucias, puede utilizar toallas desinfectantes para manos a base de alcohol.
- ▶ **Mantenga a los integrantes del hogar que están enfermos en una habitación separada** (una habitación para enfermos) el mayor tiempo posible para limitar el contacto con los demás integrantes del hogar sanos. Considere designar una única persona para el cuidado de las personas enfermas.
- ▶ **Monitoree la salud del niño enfermo y de los demás integrantes del hogar** controlando la fiebre (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca) y otros síntomas de la gripe. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo el virus H1N1 2009, y presentar síntomas respiratorios sin fiebre.
- ▶ **Observe las señales de advertencia** que requieren atención médica urgente. Estos signos de advertencia incluyen uno o más de los siguientes:
 - respiración acelerada, dificultades para respirar, falta de aire, detención de la respiración;
 - piel con coloración azulada, morada o grisácea especialmente en los labios y en el interior de la boca o alrededor de las uñas;
 - ingesta insuficiente de líquidos, negación a ingerir líquidos;



- falta de orina, disminución en la cantidad de pañales humedecidos por orina, o falta de lágrimas al llorar;
- vómitos graves o persistentes;
- dificultad para despertarse o incapacidad para interactuar (por ejemplo: tranquilidad e inactividad poco común, falta de interés para jugar, sin interés por un juguete preferido);
- estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan o no se consuela con nada;
- dolor o presión en el pecho o estómago;
- mareos repentinos;
- confusión y
- síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos.

- ▶ **Verifique con su proveedor de atención médica si se necesita algún cuidado especial** para los integrantes del hogar que puedan presentar un mayor riesgo de complicaciones por la gripe. El grupo de personas que tiene un riesgo más alto de sufrir complicaciones por la gripe incluye niños menores de 5 años (especialmente niños menores de 2 años de edad), mujeres embarazadas y personas con enfermedades crónicas (como asma, enfermedades cardíacas o diabetes). Para obtener más información sobre las personas que tienen mayores riesgos de desarrollar complicaciones por la gripe, visite <http://espanol.cdc.gov/enes/h1n1flu/highrisk.htm>.
- ▶ **Haga que los integrantes del hogar enfermos usen una mascarilla**, si tienen una y si la toleran, al compartir espacios comunes con otros integrantes del hogar para evitar la diseminación del virus. Esto es muy importante si los demás integrantes del hogar presentan un alto riesgo de sufrir complicaciones por la gripe.
- ▶ **Consulte con su proveedor de atención médica sobre medicamentos antivirales o antifebriles** para los integrantes del hogar enfermos. Es muy importante el uso de los medicamentos antivirales durante la etapa temprana del tratamiento contra la gripe en personas que están muy enfermas (por ejemplo, las personas que están hospitalizadas), y en personas que contrajeron la gripe y que tienen un mayor riesgo de sufrir graves complicaciones por la gripe. Otras personas también pueden ser tratadas con medicamentos antivirales durante esta temporada, según lo indique su médico. No les dé aspirina a los niños o adolescentes con gripe; esto puede provocar que desarrollen una enfermedad rara y grave denominada síndrome de Reye.
- ▶ **Asegúrese de que los integrantes del hogar que están enfermos descansen bien y beban líquidos transparentes** (como agua, caldo, bebidas para deportistas) para evitar la deshidratación. A los bebés sírvales bebidas electrolíticas como Pedialyte®.

Si su departamento de salud afirma que las condiciones de la gripe se tornaron más severas

- ▶ **Extienda el tiempo en que los niños enfermos permanecen en el hogar** al menos 7 días, incluso si se sienten mejor antes. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.
- ▶ **Si un integrante del hogar está enfermo, mantenga en el hogar a los hermanos o hermanas en edad escolar y a los niños de los programas de infancia temprana o cuidado infantil** durante 5 días a partir del momento en que el integrante del hogar se enfermó. Los padres deberán supervisar su salud y la de sus niños para detectar fiebre y otros síntomas de la gripe. Los padres deberán supervisar su salud y la de sus niños para detectar fiebre y otros síntomas de la gripe.

Para obtener más información:

- ▶ **Visite: www.flu.gov**
- ▶ **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
 - 1 (800) CDC-INFO (232-4636)
 - TTY: (888) 232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov

***Afiche de ¡ALTO!
¿Se siente enfermo?***

¿Se siente enfermo?



**Puede tener gripe si presenta fiebre o escalofríos
Y
tos o dolor de garganta**

También puede tener secreción nasal, dolores corporales y de cabeza, cansancio, diarrea o vómitos

**Si piensa que su hijo tiene gripe,
manténgalo en el hogar,
excepto para buscar atención médica.**

**Para obtener más información, visite www.cdc.gov/flu
o llame al 1 (800) CDC-INFO (232-4636)**



**Plantillas de cartas
(o correos electrónicos)
para enviar a los padres**

Si su hijo no se siente bien

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos de los programas u otras maneras creativas para llegar a los padres y al personal de los programas.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

Si su hijo no se siente bien...

- ▶ **Controle cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe.** Es probable que algunos niños no puedan comunicar sus síntomas, lo que puede demorar su accionar ante la enfermedad. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. Las personas pueden contagiarse con el virus de la gripe, incluyendo el virus H1N1 2009, y presentar síntomas respiratorios sin fiebre.

La fiebre es la temperatura tomada en la boca con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Si no puede tomar la temperatura, existen signos y síntomas que indican que su niño tiene fiebre. Por ejemplo: escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración.

- ▶ **Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente.** Estos signos de advertencia incluyen uno o más de los siguientes:
 - respiración acelerada, dificultades para respirar, falta de aire, detención de la respiración;
 - piel con coloración azulada, morada o grisácea especialmente en los labios y en el interior de la boca o alrededor de las uñas;
 - ingesta insuficiente de líquidos, negación a ingerir líquidos;
 - falta de orina, disminución en la cantidad de pañales humedecidos por orina, o falta de lágrimas al llorar;
 - vómitos graves o persistentes;
 - dificultad para despertarse o incapacidad para interactuar (por ejemplo: tranquilidad e inactividad poco común, falta de interés para jugar, sin interés por un juguete preferido);
 - estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan o no se consuela con nada;
 - dolor o presión en el pecho o estómago;
 - mareos repentinos;
 - confusión y
 - síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos.
- ▶ **Si su hijo o usted están enfermos** permanezcan en su casa por al menos 24 horas posteriores a la desaparición de la fiebre o de los síntomas de la fiebre (sin haber usado medicamentos antifebriles). Los niños y adolescentes con gripe no deben tomar aspirinas (ácido acetilsalicílico) ya que esto puede causarles una enfermedad rara pero grave denominada síndrome de Reye.
- ▶ **Asegúrese de que su hijo descansa bien y beba líquidos transparentes** (como agua, caldo, bebidas para deportistas) a fin de evitar la deshidratación. A los bebés sírvales bebidas electrolíticas como Pedialyte®.
- ▶ **Comuníquese con su proveedor de atención médica inmediatamente si un niño menor de 5 años se enferma.** Esto es importante porque los medicamentos antivirales que se usan para tratar la gripe funcionan mejor si comienzan a administrarse dentro de los 2 días de contraer la enfermedad. Su proveedor de asistencia médica le dirá cuál es el cuidado especial que necesita su hijo.

Para proteger a otros miembros de la familia...

- ▶ **Vacune a su familia** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009 conforme a las recomendaciones de los CDC.
- ▶ Haga que su hijo **tosa y estornude cubriéndose la boca con un pañuelo desechable** o con el ángulo interno del codo u hombro si no tiene pañuelos desechables. Asegúrese de que su niño tire los pañuelos luego de usarlos.
- ▶ **Asegúrese de que su hijo se lave las manos frecuentemente, en especial después de toser o estornudar.** Ayude a los niños más pequeños a lavárselas, con agua y jabón durante 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, puede utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol.
- ▶ **Limpie las superficies y los objetos que su hijo toca con frecuencia** con las manos, boca o fluidos corporales. Limpie estas superficies con el desinfectante para el hogar que se usa generalmente. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto. No se recomienda desinfección adicional de estas superficies más allá de la rutina de limpieza.
- ▶ **Mantenga a su hijo enfermo en una habitación separada** (una habitación para enfermos) de la casa tanto como sea posible para limitar el contacto con los miembros de la familia que no están enfermos. Piense en designar a una única persona para que sea el principal cuidador del niño enfermo.

Para obtener más información sobre la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Medidas actuales del programa de infancia temprana o cuidado infantil

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos de los programas u otras maneras creativas para llegar a los padres y al personal de los programas.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

Medidas actuales del programa

Por el momento, el personal del programa y los niños que NO estén enfermos pueden asistir sin peligro alguno al programa de infancia temprana. Estamos trabajando estrechamente con el departamento de salud [condado/ciudad] y lo mantendremos actualizado sobre cualquier información importante con respecto a las actuales condiciones de la gripe.

Nuestro programa está tomando las siguientes medidas para ayudar a evitar que los niños y el personal se contagien la gripe.

- ▶ ***Alentar a nuestro personal a vacunarse contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009*** (si se recomienda).
- ▶ ***Alentar a los padres a que vacunen a sus hijos (de 6 meses y mayores)*** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 de 2009. Los niños menores de 5 años de edad corren con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe.
- ▶ ***Se insta y educa a los proveedores de cuidado infantil a que cubran su boca y nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar***, y se está educando a los niños para que hagan lo mismo.
- ▶ ***Los proveedores de cuidado infantil practican una buena higiene de manos*** y estamos brindando el tiempo y los suministros para que el personal y los niños se laven las manos tanto como sea necesario. Nuestro personal ayuda activamente a los niños a lavarse las manos con frecuencia.
- ▶ ***Estamos realizando controles de salud en los niños y el personal diariamente cuando llegan al programa de cuidado infantil.*** Asegúrese de que su información de contacto esté actualizada así podemos contactarlo en caso de que su niño esté enfermo y deba ser retirado.
- ▶ ***Si los niños o el personal presentan síntomas similares a los de la gripe deben permanecer en un espacio separado, pero bajo supervisión*** hasta que puedan volver a sus hogares. Además, estamos limitando la cantidad de personal que cuida a los niños enfermos.
- ▶ ***Estamos instando a aquellos padres, miembros del personal y niños que presenten enfermedades similares a la influenza a que permanezcan en sus hogares.*** Deben permanecer en su hogar hasta que haya desaparecido la fiebre por al menos 24 horas (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca), o los signos de la fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración). Esto debería poder determinarse sin usar medicamentos antifebriles (cualquier medicamento que contenga ibuprofeno o acetaminofeno).
- ▶ ***Limpiamos rutinariamente las superficies y los elementos*** que los niños frecuentemente tocan con las manos, bocas y fluidos corporales tales como los juguetes, cambiadores, sillas o materiales del patio de recreo.
- ▶ ***Podríamos tomar la decisión de cerrar temporalmente el programa si la circulación de la gripe por la comunidad es intensa.*** Considere otras alternativas para cuidar a los niños en caso de que debamos cerrar temporalmente. Verifique con su empleador si se le permite permanecer en su hogar para cuidar de sus niños. Consulte si puede trabajar desde el hogar. En caso contrario, comience a organizar otras alternativas para cuidar a sus niños.

Si las condiciones de la gripe se tornan *MÁS* graves, consideraremos incorporar las siguientes medidas:

- ▶ ***Extender el tiempo en que los niños o proveedores de cuidado infantil permanecen en sus hogares*** a al menos 7 días, incluso si se sienten mejor antes. Quienes continúen enfermos después de los 7 días deben permanecer en sus hogares por lo menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido.
- ▶ ***Permitir que los niños y el personal con mayor riesgo de sufrir complicaciones por la gripe se queden en sus hogares.*** Los padres y miembros del personal deben tomar esta decisión tras consultar con sus proveedores de atención médica.
- ▶ ***Encontrar maneras de aumentar las distancias sociales*** (el espacio entre las personas) en nuestro programa. Por ejemplo, al dividir las clases en grupos más pequeños, distanciar las zonas de juego y organizar las clases y actividades al aire libre cuando el clima lo permita.
- ▶ ***Considerar el cierre temporal del programa*** en caso de que no podamos continuar funcionando debido a que muchos miembros del personal y niños permanecen en sus hogares o si los CDC o nuestro departamento de salud nos solicita cerrar para ayudar a disminuir la diseminación de la gripe en nuestra comunidad.

Para obtener más información acerca de la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Programa de infancia temprana o cuidado infantil

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos del programa de cuidado de infancia temprana u otras maneras creativas para llegar a los padres y los proveedores de cuidado infantil.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

[El programa de infancia temprana o cuidado infantil] en [nombre del programa] se ha suspendido debido a la gravedad de la gripe en el área. Los niños y el personal no deben asistir al programa.

Hemos estado trabajando estrechamente con el [condado/ciudad] departamento de salud para determinar las condiciones actuales de la gripe en nuestra comunidad. El programa se suspenderá por [5-7] días para disminuir el riesgo de que los niños y los proveedores de cuidados infantiles se enfermen, y con el fin de limitar la diseminación del virus.

- ▶ *Es probable que el cierre del programa de infancia temprana disminuya la diseminación del virus si se lleva a cabo en forma temprana, cuando la gripe aparece en la comunidad y junto con otras medidas.*
- ▶ *Los padres deben averiguar si sus empleadores les permitirán permanecer en sus hogares para cuidar a los niños que asistan a los programas de infancia temprana o cuidado infantil que hayan suspendido sus actividades. Consulte si puede trabajar desde el hogar.*
- ▶ *Encuentre otras maneras de cuidar a sus hijos en su hogar. Trate de organizarse con sus vecinos, amigos, compañeros de trabajo o grupos de la iglesia para crear alternativas para cuidar a los niños en caso de emergencia. Esto consiste en organizar a los niños en grupos pequeños (por ejemplo, grupos de 6 o menos niños) y contar con un proveedor de cuidado infantil fijo.*

Brindaremos actualizaciones del cierre de [nombre del programa]. Para obtener más información llame al [número de teléfono] o visite nuestro sitio web [si el programa tiene un sitio web, ingresar la dirección del sitio web].

Para más información acerca de la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Medidas actuales del programa de infancia temprana o cuidado infantil

- ▶ *Esta plantilla se puede adaptar y utilizar para anuncios por correo electrónico, sitios web, boletines informativos de los programas u otras maneras creativas para llegar a los padres y al personal de los programas.*
- ▶ *Coordine los esfuerzos con su departamento de salud local antes de distribuir esta carta o mensaje de correo electrónico para asegurarse de que toda la información es relevante, precisa y oportuna.*

[Nombre del programa] los servicios reiniciarán el [fecha].

Aunque los niños y el personal puedan volver a las instalaciones, la gripe continúa diseminándose en la comunidad y usted puede tomar medidas importantes para ayudar a disminuir la diseminación.

- ▶ ***Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tose o estornuda.*** Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude sobre el ángulo interno de su codo u hombro, no sobre sus manos. Explique a sus hijos cómo hacer esto.
- ▶ ***Siga lavándose las manos con frecuencia con agua y jabón,*** especialmente después de toser o estornudar. También puede usar toallas desinfectantes para manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponibles. Los padres y los proveedores de cuidado infantil deben lavar las manos a los niños que todavía no pueden hacerlo por sí solos y controlar con atención a los niños que no se lavan las manos adecuadamente.
- ▶ ***Si un niño o miembro del personal del programa se encuentra enfermo debe quedarse en su hogar por al menos 24 horas hasta que la fiebre*** (100 grados Fahrenheit o 37.8 grados Celsius, temperatura medida en boca), o los signos de la fiebre (escalofríos, sensación de mucho calor, cara enrojecida o sudoración) hayan desaparecido. Esto debería poder determinarse sin usar medicamentos antifebriles (cualquier medicamento que contenga ibuprofeno o acetaminofeno). *[Este consejo debe adaptarse si sus funcionarios de salud pública locales decidieran extender el período de tiempo durante el cual las personas deben permanecer en sus hogares.]*

Nuestro programa continuará realizando a diario controles de salud a los niños y al personal y enviará a los niños y personal que se encuentren enfermos a sus hogares.

Para acceder a actualizaciones del programa, llame al [número de teléfono], o visite nuestro sitio web en [dirección web].

Para más información acerca de la gripe, llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

**Recursos adicionales de
información dirigidos a
programas de infancia
temprana y cuidado infantil**

Recursos adicionales de información dirigidos a programas de infancia temprana y cuidado infantil

Afiches de los CDC sobre prevención de la gripe para programas de infancia temprana y cuidado infantil

Utilice los siguientes afiches y hojas de datos en sus oficinas, áreas de juego, pasillos, salas de descanso y baños para educar tanto al personal de programas de infancia temprana y cuidado infantil como a las familias sobre cómo prevenir la propagación de la gripe. Ofrezca afiches y folletos a los padres.

www.cdc.gov/germstopper/materials.htm (disponible en distintos tamaños e idiomas)

¡Detenga la proliferación de gérmenes que lo enferman a usted y a los demás!

Cúbrase la boca al toser



Cúbrase la boca y nariz con un pañuelo desechable cuando tose o estornuda;



o tosa y estornude cubriéndose la boca con el ángulo interno del codo, no con sus manos.

Arroje el pañuelo usado en un cesto de basura.



Lávese las manos

después de toser o estornudar.



Lávese las manos con agua caliente y jabón durante 20 segundos;



o utilice un limpiador de manos a base de alcohol.




UTILICE UN PAÑUELO

DETENGA A LOS GÉRMENES



CUBRIRSE LA BOCA Y NARIZ



MANOS LIMPIAS

Cúbrase la boca al toser o estornudar. Lávese las manos.
Detenga a los gérmenes en la escuela y su casa. Cubra su boca y nariz cuando tosa o estornude. Utilice un pañuelo desechable y tírelo.

Lávese mucho las manos

- Luego de toser o estornudar
- Después de ir al baño
- Antes de comer
- Antes de tocarse los ojos, boca y nariz

Lo mejor es lavarse las manos con agua y jabón. Hágalo durante el tiempo que le lleva cantar el "Feliz Cumpleaños" dos veces. O utilice geles o paños desinfectantes que contengan alcohol. ¡El alcohol mata los gérmenes!

Detenga los gérmenes. Detenga los resfriados y gripes.



www.cdc.gov/germstopper

Otros afiches acerca de la prevención de la gripe para programas de infancia temprana y cuidado infantil

www.publichealth.va.gov/flu/materials (incluye otros afiches, folletos, distintivos, autoadhesivos y otros materiales)



Hojas de datos, folletos y volantes de los CDC sobre la prevención de la gripe para los programas de infancia temprana y cuidado infantil y para los padres

Combatir los gérmenes en el hogar, el trabajo y la escuela

www.cdc.gov/germstopper/home_work_school.htm (disponible en inglés y en otros idiomas)

Gripe H1N1 2009: volantes y otros materiales gráficos

www.cdc.gov/h1n1flu/flyers.htm (incluye folletos, volantes, hojas de datos y otros materiales sobre la gripe H1N1 2009 y la gripe de temporada)

Gripe de temporada y nueva gripe H1N1: una guía para los padres

www.cdc.gov/flu/professionals/flugallery/2009-10/parents_guide.htm

Widgets

Un widget es una aplicación que muestra el contenido incluido directamente en su página Web. Una vez que agrega el widget a su sitio Web, no necesita ningún tipo de mantenimiento. Cuando CDC.gov actualiza contenido, su sitio se actualizará automáticamente. Tendrá información actualizada y creíble sobre salud en su página web.

Puede agregar un widget de los CDC a su página Web con facilidad. Use los widget de los CDC para mantener a sus empleados al tanto de las novedades sobre la gripe. Cuando sus empleados hacen clic en el widget, su página Web muestra el contenido actualizado.

Los widget de los CDC sobre la gripe están disponibles en www.cdc.gov/widgets. Para obtener más herramientas sociales para medios de los CDC, visite: www.cdc.gov/socialmedia/h1n1.

Los widget de Flu.gov están disponibles en www.hhs.gov/web/library/hhsfluwidgets.html. Para obtener más herramientas sociales para medios de Flu.gov, visite www.flu.gov/news/socialmedia.

Widget de ejemplo



